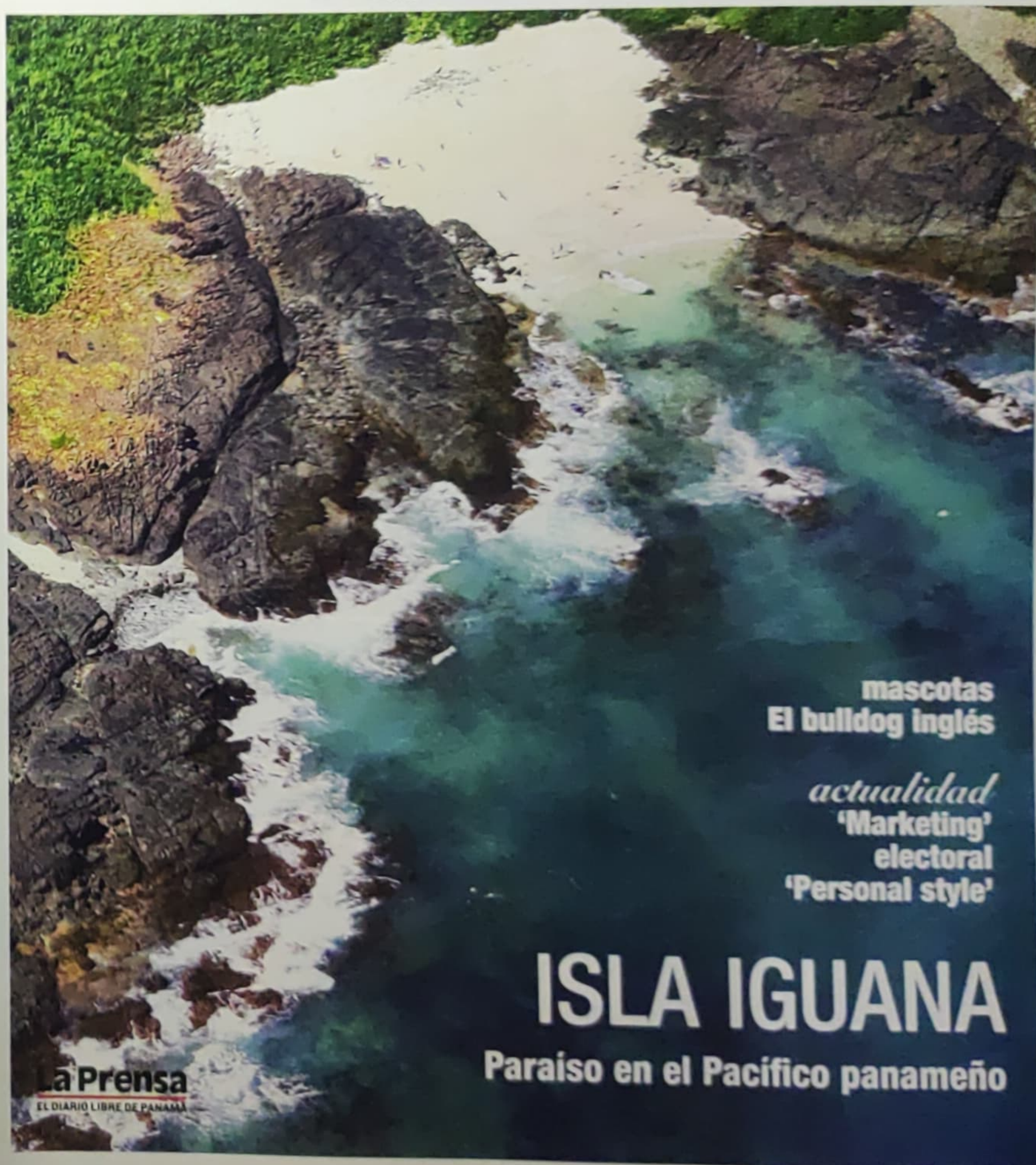
# VIVIR [+] DOMINICAL

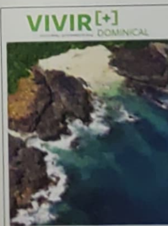
EDICIÓN #063 | 30 DE MARZO DE 2014






*La personalización nos viene de cuna a los panameños con el culto al caudillismo que por 100 años nos ha plagado. Uno de los códigos presentes en ese personalismo de las campañas es el muy popular concepto paternalista de 'resolver'. El candidato que 'resuelve' se percibe como el que más aporta servicios, favores y bienes personales.*

**'MARKETING' ELECTORAL 'PERSONAL STYLE' | Pág.20**




**en la portada**
FOTOGRAFÍA POR *Gabriel Rodríguez*
CONCEPTO *Vanessa Crooks*


**La Prensa**
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

**Presidente** LUIS NAVARRO LINARES
**Directora** LOURDES DE OBALDÍA
**Director Asociado** ROLANDO RODRÍGUEZ B.
**Subdirector y editor ejecutivo** FERNÁN MOLINOS

**Editor**
TAMARA DEL MORAL
**Redactores**
TAMARA DEL MORAL
ANAXIMENA ESQUIVEL OLMOS
MELISSA PINEL
THALIA S. MORALES
**Editor General Gráfico**
RICARDO J. BERMÚDEZ
**Diseño Editorial**
VANESSA CROOKS
DENIA RODRÍGUEZ

**Fotografía**
LA PRENSA Y SERVICIOS INTERNACIONALES
**Colaboradores**
OLGA DE OBALDÍA
GERARDO GANDSAS
LOWIS RODRÍGUEZ
**Corrección**
DEPARTAMENTO DE CORRECCIÓN
**Producción**
COLOR Y FOTOMECÁNICA, ROTATIVA E INSERCIÓN

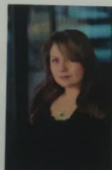
**Gerente General** JUAN CARLOS PLANELLS
**Gerente de Mercadeo** SUDY SALENCE
**Gerente de Publicidad** ISMARÍ PIMENTEL
**Departamento Comercial**
*Teléfonos para ventas: (507) 323-7283 / (507) 323-7284*
*Correo electrónico: ventas@prensa.com*








El turismo interno beneficia la economía de las provincias y ofrece un sentimiento de valoración por los recursos que tenemos. Sí, a veces no hay que ir muy lejos para encontrar un reducto de paz y belleza escénica. Y Panamá tiene muchos sitios idílicos que merecen la pena visitar. Uno de ellos es el refugio de vida silvestre isla Iguana, que ilustra la nota de portada de hoy. Siguiendo con la onda viajera, sufrir una intoxicación alimentaria en el extranjero, sin duda, arruina la experiencia de cualquier viaje. Mucho peor si tiene que ir al hospital por culpa de una bacteria o virus adquiridos en la comida o el agua. Hoy les brindamos algunos consejos para evitarlo.
Localmente, lo que nos tiene a los ciudadanos intoxicados son las caras de los aspirantes a algún cargo político que cuelgan por todos lados en un carnaval de vallas y letreros. Aunque hay que reconocer que algunos amenizan los interminables minutos en cada semáforo, con sus apodos –algunos cómicos y otros ridículos– y mensajes que entrañan un personalismo asombroso, promesas y paternalismo. Olga de Obaldía decodifica la propaganda que invade las calles.
Esperamos que disfruten esta edición.
Saludos,
[+]



EDITORA
Tamara Del Moral
tdelmoral@prensa.com







# Isla Iguana

## UN PARAÍSO EN EL PACÍFICO PANAMEÑO

**El 95% de la costa de la isla está compuesto por basalto, formando un fuerte litoral rocoso en el que se crean grandes pozas cuando baja la marea. Las aguas claras y arenas blancas con pizcas de dorado reciben a los visitantes en las playas El Cirial y Playita del Faro, donde es permitido bañarse.**

Fauna. Se puede apreciar una gran colonia de aves, incluyendo tijeretas o fragatas, pelícanos y pájaros bobo.



# Refugio de *vida silvestre*

**Aguas cristalinas, arenas doradas que crujen con las olas, arrecifes coralinos y una diversidad de especies son los atractivos principales de este destino en la península de Azuero.**

**Thalia S. Morales** • thalia.morales@prensa.com
Fotografías: Alexander Arosemena | Thalia S. Morales | Gabriel Rodríguez



*El cangrejo ermitaño es muy común en estas playas.*

**Rocas de basalto.** *Según el documento 'Taller: Manejo del Refugio de Vida Silvestre Isla Iguana, Pedasí', el 95% de la costa de la isla está compuesto por basalto. Al retirarse la marea, se forman grandes pozas. Las rocas de basalto tienen rayas horizontales, indicio de los diversos niveles del mar durante su proceso de formación.*

Crecí escuchando sobre la belleza de la isla Iguana, en el Pacífico panameño. Soñaba con visitar este paraíso, que solo conocía a través de fotos y testimonios de quienes habían ido. Y llegó el día...

Para visitar este destino, es imprescindible viajar hasta Pedasí, en la península de Azuero; puede hacerlo por la carretera Interamericana y doblando en Divisa o en avión por Air Panamá.

Para ingresar a la isla, debe ir a la playa El Arenal, donde encontrará lancheros que le cobrarán 70 dólares por la ida y vuelta hasta la isla y quienes lo recogerán a la hora que usted indique. Si lo desea, se puede contactar a *tour* operadores que facilitarán su visita previamente.

Por seguridad, debe seguir algunas recomendaciones previas al ingreso en la isla, por ejemplo, en la lancha solo dejan embarcar a siete personas, que deben ser anotadas en una lista con su cédula; además, las autoridades le pedirán verificar el contenido de las hieleras que pretende introducir para asegurarse de que no contengan nada de vidrio. Durante la travesía, que dura unos 20 minutos, tiene que llevar chaleco salvavidas e ir sentado. Si necesita sacar algo o ponerse de pie, el capitán de la lancha la frenará inmediatamente.

En el trayecto, podrá divisar la isla y parte de punta Mala, entre otros puntos de la costa de Pedasí. En algunos momentos el lanchero frenará, debido al fuerte viento y oleaje. Si tiene suerte, hasta podrá ver tortugas carey y delfines que le darán la bienvenida al lugar.

### Riqueza ecológica

Isla Iguana es un refugio de vida silvestre contemplado en el Decreto Ejecutivo 20 del 15 de junio de 1981, en el cual se declara el área protegida denominada "Refugio de Vida Silvestre Isla Iguana", ubicada en el distrito de Pedasí, provincia de Los Santos, al este de la península de Azuero, a una distancia aproximada de 4 mil 700 metros de la costa, entre el río Purio y el río Pedasí.

La isla, que tiene una extensión de 58 hectáreas, fue utilizada por el Ejército de Estados Unidos para guardar y detonar explosivos durante la Segunda Guerra Mundial y está protegida por la Autoridad Nacional del Ambiente (Anam).

SE PERMITE EL BUCEO EN CUALQUIER SITIO DE LA ISLA, PERO LA ANAM TIENE LA POTESTAD DE CERRAR CIERTAS ÁREAS AL BUCEO SI FUERA NECESARIO POR NECESIDADES AMBIENTALES O ADMINISTRATIVAS.

### La marea y los corales

Si la marea está baja, la embarcación no podrá ingresar a playa El Cirial y lo dejará en un sitio donde debe bajar del bote con todas sus pertenencias y caminar por un sendero

sigue [+]

[+]

pedregoso durante unos cinco minutos. Al bajarse, personal de la Anam le cobrará 4 dólares a cada persona.

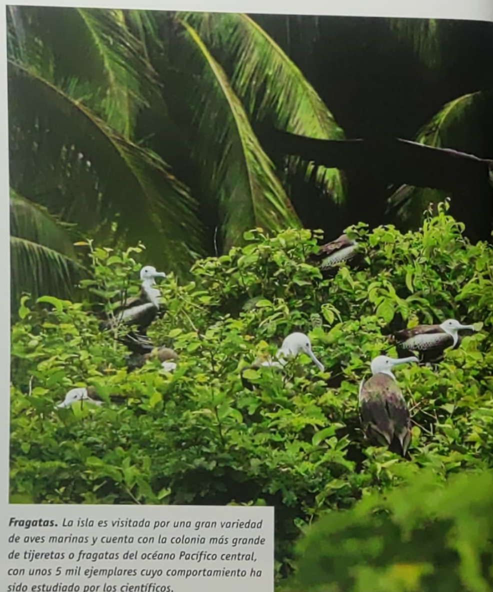
Es preferible cuando la marea está alta, de lo contrario, pasará toda la mañana esperando para poder disfrutar de las aguas cristalinas, ya que no se puede llegar hasta el mar a través de los corales. Además de tomar un poco de sol y relajarse, puede hacer *snorkeling*, buceo, senderismo, observación de aves y pescar.

LA AUTORIDAD NACIONAL DEL AMBIENTE FOMENTA EL MÉTODO DE CAPTURA Y LIBERACIÓN ENTRE LOS PESCADORES DEPORTIVOS.

En la playa El Cirial, donde se dejan las lanchas, hay un centro de visitantes donde se brinda información sobre la fauna y flora de la isla y hay un mirador. Un rancho puede ser utilizado por los visitantes que no llevan paraguas.

La Anam es muy celosa con la protección de los corales, y si los funcionarios lo ven en un intento de pisarlos o pasar muy cerca, le pitarán con un silbato como advertencia. El arrecife de isla Iguana mide unas 16 hectáreas, siendo este el mayor en el golfo de Panamá, con una diversidad de 11 especies de corales de unos 4 mil 800 años de antigüedad y unas 542 especies de peces.

En isla Iguana también se observa una gran colonia de aves tijeretas o fragatas (*Fragata magnificens*), pelícanos (*Pelecannus occidentalis*) y pájaros bobo (*Zula, sp.*) que han sido producto de estudios de científicos y estudiantes.





***Fragatas.*** *La isla es visitada por una gran variedad de aves marinas y cuenta con la colonia más grande de tijeretas o fragatas del océano Pacífico central, con unos 5 mil ejemplares cuyo comportamiento ha sido estudiado por los científicos.*

**Recomendaciones**

No lleve mascotas, y si va con menores de edad, manténgalos a la vista todo el tiempo, ya que hay fauna y flora protegida. En la isla no hay restaurantes ni hoteles, así que debe llevar todo lo que requiera para pasar unas horas amenas: un *cooler*, paraguas, alimentos y bebidas, y una bolsa para la basura, que deberá regresar con usted. Como se trata de un refugio de vida silvestre, no debe realizar ninguna actividad que pueda perturbar el ecosistema, como gritar o escuchar música a un volumen elevado.

Se permite la pesca artesanal y deportiva fuera de las áreas coralinas y en aquellas que sean autorizadas por la Anam, las cuales estarán marcadas con boyas. Los únicos artes de pesca autorizados son los que utilizan anzuelo. Y otra advertencia de la Anam es que no se debe arrancar ni llevarse nada de la isla, ni vivo ni muerto.

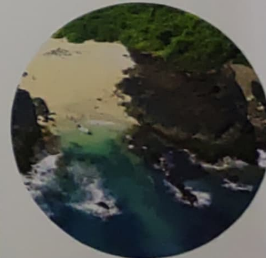
Entre junio y octubre, es posible ver cetáceos, como ballenas jorobadas o yubartas, que llegan a las costas cercanas a isla Iguana para aparearse.

## ¿Dónde quedarse?

En isla Iguana se puede acampar, pero debe pagar 5 dólares al guardaparques de la Anam. En la ciudad de Pedasí hay tiendas, farmacias, hoteles, hostales y restaurantes con todas las facilidades. También puede hospedarse en algunos hoteles de la ciudad de Las Tablas, La Villa de Los Santos y en Chitré.







***Playita del faro.*** *Está conformada por arenas blancas y finas, producto de la erosión de los arrecifes de coral por el embate de las olas y las corrientes.*

# Rapa Nui, la isla misteriosa

*Pequeña, lejana y Patrimonio de la Humanidad por sus grandiosas formas arquitectónicas y esculturales, Rapa Nui o isla de Pascua lo tiene todo para ser un destino fascinante a la sombra de sus hieráticos moais.*

Carmen Rodríguez | EFE-Reportajes • vivirdominical@prensa.com

**El Ahu Nau Nau, en la playa de Anakena.** Durante las excavaciones para su restauración, se descubrió que los moais no eran ciegos, sino que tenían ojos de obsidiana y coral, de los que se hallaron algunos restos.

EFE | ALICIA GARCÍA DE FRANCISCO

27°09' latitud sur, 109°26' longitud oeste. En ese punto se ubica uno de los lugares habitados más aislados del planeta, Rapa Nui o isla de Pascua, donde poder perderse si no se quiere ser encontrado, rodeado de agua, volcanes extintos y una cultura milenaria y misteriosa, que tiene su mayor ícono en los moais de piedra.

Aunque chilena, la isla se ubica a más de 3 mil 500 kilómetros de Santiago, Chile, lo que se traduce en un vuelo en avión de unas cuatro horas, las cuales valen la pena para llegar a esta pequeña isla caracterizada por la amabilidad de sus habitantes y que da cada vez más importancia al turismo respetuoso con el ambiente. Un buen destino para hacerse una escapada en vacaciones, por ejemplo, en Semana Santa, y sentirse como los primeros europeos que pusieron su pie en este recóndito rincón, al mando del almirante holandés Jacob Roggeveen, durante el domingo de resurrección de 1722 y que, por ello, la nombraron como isla de Pascua. Pero mucho antes ya era Te Pito o Te Henua, denominación de los ancestros de la actual población que significa "el ombligo del mundo", del mudo polinésico.

Hoy Rapa Nui, el nombre indígena de isla de Pascua, es Patrimonio de la Humanidad de la Unesco, para la que este territorio ofrece "el testimonio de un fenómeno cultural único en el mundo. Asentada en esta isla hacia el año 300 d.C., una sociedad de origen polinesio creó, al margen de toda influencia externa, grandiosas formas arquitectónicas y esculturales dotadas de una gran fuerza, imaginación y originalidad. Desde el siglo X al XVI, construyó santuarios y esculpió numerosos moais, gigantescos personajes de piedra que forman un paisaje cultural inigualable y fascinan hoy al mundo entero".

sigue [+]



LOS MOAIS ESTÁN REPARTIDOS POR TODA LA ISLA, SOBRE SUS 'AHU' (PLATAFORMAS CEREMONIALES), CAÍDOS A TIERRA O AÚN A MEDIO TERMINAR EN LA CANTERA DE RANO RARAKU, DONDE SE ESCULPÍAN CON LA TOBA DE ESTE VOLCÁN.

*Imagen del Ahu Tongariki, el más grande que existe y que reúne 15 moais, fue reconstruido entre 1992 y 1995.* EFE | ALICIA GARCÍA DE FRANCISCO

[+]

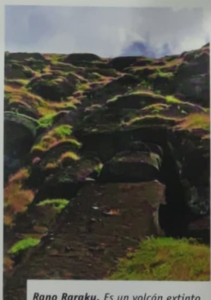
## Misterioso moai

Y es que si hay una imagen que define a esta isla, que surgió de la conjunción de tres volcanes, esta es la de los moais, esas enormes estatuas de piedra de forma humana cuya contemplación de cerca ya justifica, aparte de otros atractivos, el viaje a Rapa Nui y que sorprendieron a Roggenberg, quien desde su nave, antes de atracar, los confundió con personas, por lo que creyó que se trataba de una tierra de gigantes.

Estatuas intrigantes, con sus enormes narices y alargadas orejas, muchas de rostro adusto, otras -las más bajas y de formas más redondeadas- contemplan el mundo con una expresión como de mudo asombro. En la actualidad hay más 600 moais y, aunque su significado es incierto, se cree que son representaciones de antepasados difuntos, esculpidos para "graficar" el espíritu de los fundadores y demostrar su poder sobrenatural sobre el lugar.

La enorme mayoría son figuras masculinas, todas diferentes entre sí, talladas hasta la cintura, con los brazos que caen a los lados del cuerpo, con protuberantes abdómenes y dedos largos y muy delgados, y una imponente altura de entre 5m y 7m, aunque en Rano Raraku se puede contemplar el mayor, de casi 21 metros, aún tumbado sobre la tierra. Y es que estos gigantes de piedra se labraban en posición horizontal sobre la misma piedra, según un estricto ritual sagrado, hasta despegarla de ella para ser transportados y colocados en los "ahu", donde se les ponían los ojos, de coral y obsidiana de gran importancia, pues constituían su fuente de poder. Algunas estatuas están coronadas con una especie de moños de color rojizo, realizados con escoria volcánica que se llama "pukao" y que reflejaría una moda de peinado masculina.

Otro de los grandes misterios es cómo se transportaban los moais, de hasta 10 toneladas durante kilómetros hasta su ubicación definitiva cerca del mar, mirando hacia tierra adentro, aunque los del Ahu Akvi son los únicos siete situados en el interior y que orientan su mirada al mar, de manera que durante los dos equinoccios miran al sol de poniente.



*Rano Raraku. Es un volcán extinto donde se situó la cantera para fabricar los moais, que se realizaban en roca volcánica directamente en el suelo.* EFE | ALICIA GARCÍA DE FRANCISCO



Muchas son las teorías sobre cómo se transportaron, aunque, según la tradición, sería resultado del "Mana", una especie de poder mágico que permitía a los moais desplazarse andando lentamente hasta su ubicación definitiva. Los estudiosos apuntan a que podían ser deslizados tumbados sobre una especie de trineos o haciéndolos rodar sobre troncos. Sin embargo, el arqueólogo pascuense Sergio Rapu, el investigador Terry Hunt, de la Universidad de Hawai, y Carl Lipo, antropólogo de la Universidad Estatal de Long Beach, han indicado que las estatuas se movían verticalmente tiradas por cuerdas en un movimiento de vaivén, lo que daría una explicación a la creencia de que los moais se iban caminando hasta su emplazamiento final.



*El cráter del volcán Rano Kau, que se ha convertido en un lago.* EFE | ALICIA GARCÍA DE FRANCISCO

## Más que moais

Pero la cultura ha dejado en Rapa Nui algo más que moais. En especial los petroglifos, de los que una buena muestra está en la antigua aldea ceremonial de Orongo, junto al volcán Rano Kau, cuyo cráter es ahora un lago y ofrece unas preciosas vistas del océano. En la aldea pueden verse estas piedras grabadas con la imagen de pájaros antropomorfos que sostienen en el pico un huevo.

Orongo fue el centro del culto al dios Makemake, uno de cuyos momentos centrales era la competición entre un representante de cada clan para lograr el primer huevo de un ave migratoria llamada manutara, con el fin de nombrar cada año al jefe militar de la isla.

Para los amantes de la naturaleza, el submarinismo y el buceo, los fondos de la Rapa Nui ofrecen gracias a la escasa contaminación una visibilidad envidiable y su lecho submarino conforma paisajes de gran belleza, como la Cathédrale -un tubo de lava submarina quebrado por fallas, o Motu Kao Kao, donde existe un moai sumergido, a 24 metros de profundidad hecho en cemento y de 3 metros de altura, creado por el artesano local Beto *Tonfa* Riroco, en honor del buzo Paea.

En una isla de origen volcánico tampoco pueden faltar las cuevas, horadadas por el fluir de la lava hacia el mar y que fueron usadas por sus habitantes como viviendas, refugio o para celebrar rituales. Entre ellas la de Ana Kai Tangata, en una de cuyas paredes se pueden ver restos de pinturas rupestres, especialmente de manutarasa, o la de Ana o Keke, la cueva de las vírgenes, tallada en el acantilado y donde, según la leyenda, eran recluidas las jóvenes vírgenes durante un tiempo para acentuar la blancura de su piel.

LOS FONDOS DE RAPA NUI OFRECEN UNA VISIBILIDAD ENVIDIABLE PARA EL SUBMARINISMO Y EL BUCEO.

## Tapati, fiesta y cultura

Durante 15 días de febrero se celebra Tapati, el festival más importante de Rapa Nui, en el que los habitantes comparten su milenaria cultura con personas llegadas de todo el mundo y cuyo propósito es, a través de una serie de pruebas que enfrentan a varios equipos, coronar a una reina. La competición incluye la construcción de embarcaciones tradicionales (Vaka Tuai), pintura corporal (Takona), cantos rituales (Riu), nado sobre un flotador de totora (Pora), una suerte de triatlón en el lago de Rano Raraku o la más conocida y espectacular, la Haka pei, en la que los jóvenes locales, con el cuerpo cubierto de pinturas tradicionales, se deslizan sobre troncos de árbol de plátano por la ladera del cerro Pu'i. Un arriesgado ejercicio en el que se pueden alcanzar los 70 kilómetros por hora.



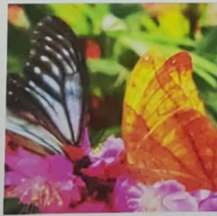
*Petroglifos en el pueblo ceremonial de Orongo, en los que se aprecia la forma de pájaros antropomorfos con largos picos.* EFE | ALICIA GARCÍA DE FRANCISCO

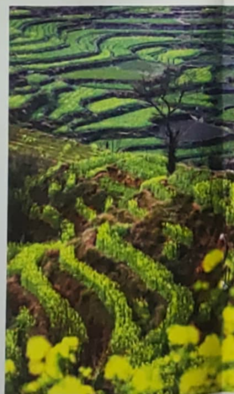
# POSTALES DEL MUNDO

Servicios internacionales •
[illegible]









**CHINA**

Paisaje escénico decorado por flores de col en Huangling del pueblo de Jiangwan, en el condado de Wuyuan, en la provincia de Jiangxi, al este de China. Los campos de flores de col le dan a Wuyuan la reputación de uno de los lugares más bonitos en primavera. Mientras que Yuantouzhu, una península que se extiende hacia el lago Taihu, es conocida por sus flores de cerezo en esta época.




**'PADDLE SURF'**

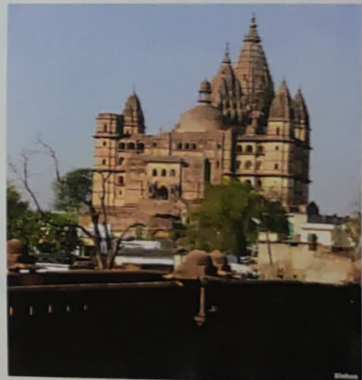
Un hombre practica surf de remos al atardecer en una playa de Bridgetown, Barbados.





**CORFÚ, GRECIA**

Antiguo poblado de Corfú, Grecia, que se remonta al siglo octavo a.C. Los tres fuertes del pueblo fueron usados de 1386 a 1797 para defender los intereses comerciales marítimos de la República de Venecia contra el Imperio Otomano. Después, fueron reconstruidos parcialmente varias veces. El conjunto portuario urbano de Corfú fue inscrito como Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 2007.



**INDIA**

Orchha es una pequeña ciudad fundada en el siglo XIV d.C. por Rudra Pratap Singa, a 180 km de distancia de Khajuraho, destino famoso por el gran grupo de templos hindúes, jainistas medievales y sus esculturas eróticas. La arquitectura más notable en Orchha son el Raja Mahal y el Jahangir Mahal, este último considerado como un bello ejemplar de la arquitectura mogol.



# Cómo evitar la intoxicación alimentaria al viajar

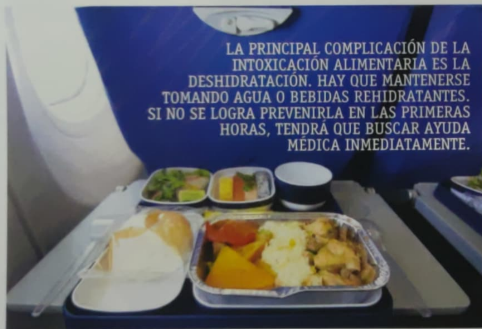
Anaximena Esquivel Olmos • aesquivel@prensa.com

Puede comenzar repentinamente con una sensación "rara" en el estómago. La intoxicación por alimentos es un mal del que ningún viajero está exento, sin importar cuál sea su destino. Incluso, puede ocurrir una intoxicación masiva, como la que se dio a principios de este año en un crucero por el Caribe donde casi 600 personas se enfermaron con diarrea y vómitos.

La oportunidad de probar comidas nuevas y únicas es uno de los placeres al viajar. Desafortunadamente, cada año, entre un 20% y 50% de los viajeros internacionales o alrededor de 10 millones de personas sufren de la llamada diarrea del viajero, debido a una intoxicación por los alimentos que ingieren. Las causas más comunes son los patógenos que se encuentran en la comida, entre ellos *Escherichia coli*, *Salmonella*, *Streptococcus*, *Staphilococcus* y algunos virus, como norovirus, rotavirus y el de la hepatitis A, explica el Dr. Mario Lee, del Centro de Tratamiento de Enfermedades (Cetrersa).

El gastroenterólogo José Dondis añade que una intoxicación alimentaria afecta el sistema gastrointestinal y puede deberse a bacterias o a productos derivados de estas llamadas toxinas. El organismo reacciona tratando de eliminar lo que le está causando malestar.

Sin duda, estar indispuesto con diarrea puede arruinarle completamente el viaje a cualquiera, sobre todo si tiene que mantenerse encerrado en su habitación de hotel y, en los peores casos, puede llegar a requerir hospitalización.



**LA PRINCIPAL COMPLICACIÓN DE LA INTOXICACIÓN ALIMENTARIA ES LA DESHIDRATACIÓN. HAY QUE MANTENERSE TOMANDO AGUA O BEBIDAS REHIDRATANTES. SI NO SE LOGRA PREVENIRLA EN LAS PRIMERAS HORAS, TENDRÁ QUE BUSCAR AYUDA MÉDICA INMEDIATAMENTE.**

Ya sea al comer fuera de casa o durante un viaje, no es posible controlar la calidad o el estado de los alimentos, porque no se sabe de dónde provienen ni cómo se han manipulado o cocinado.

Sin embargo, puede reducir el riesgo de una intoxicación al evitar comer carnes crudas, mariscos, frutas y verduras que no pueda pelar usted mismo. De igual forma, evite los bufetes, la comida expuesta por vendedores ambulantes y los restaurantes con poca higiene, aconseja el Dr. Lee.

El doctor Dondis agrega que nunca tome agua directo del grifo en países donde se tengan dudas sobre su calidad de potable.

Si llegara a sufrir de diarrea estando en el extranjero, asegúrese de tomar de 8 a 10 vasos de agua o líquidos claros para rehidratarse, mantenga una dieta blanda y descanse. Y, en casos muy graves, busque atención médica inmediata.





## *Consejos médicos* PARA PREVENIR LA INTOXICACIÓN



**AGUA.** No tome agua del grifo ni la use para cepillarse los dientes. Tampoco use hielo hecho con el agua de grifo. Purifique el agua hirviéndola al menos un minuto seguido. Si compra agua embotellada, asegúrese de que la tapa no haya sido rota y que esté bien cerrada. Incluso, se recomienda beber agua sin gas y de baja mineralización.



**ALIMENTOS.** No coma frutas ni verduras crudas, a menos que se les quite la cáscara. Lave las frutas y verduras antes de comerlas. Evite vegetales de hoja cruda (lechuga), porque son difíciles de limpiar. No consuma carnes crudas. Prefiera alimentos calientes, porque el calor mata las bacterias, pero evite los alimentos calientes que se dejan reposar por mucho tiempo.



**HIGIENE.** Lávese las manos con frecuencia. Vigile a los niños con atención para que no se lleven objetos a la boca o toquen elementos contaminados y luego se metan las manos en la boca. En lo posible, evite que los bebés gateen o se arrastren sobre pisos sucios. Verifique la limpieza de platos y utensilios.



**MEDICAMENTOS.** El doctor José Dondis, gastroenterólogo, recomienda antieméticos para las náuseas, siempre que no haya contraindicación. Si hay fiebre, el acetaminofén. Se recomienda utilizar probióticos para restaurar la flora intestinal y el subsalicilato de bismuto para tratar la diarrea, ya que su función es bactericida y no altera la motilidad del sistema intestinal.

# 'Marketing' electoral 'Personal Style'

*Apodos y fórmulas personalistas permean las campañas de candidatos a representantes y diputados, que tienen poco o ningún contenido programático de la ideología de sus partidos.*

**Olga de Obaldía** • okideobaldia • vivirdominical@prensa.com

Salvo salir a la calle con una venda sobre los ojos, es imposible no recibir el impacto visual de la propaganda política que satura cada esquina de la ciudad. En la recta final de este laaaaargo mes que falta hasta el 4 de mayo, el ciudadano puede pasar por alto todos los otros medios con que tratarán de llegarle: apagar la radio y la televisión, no leer las noticias, ignorar el *marketing* directo a sus dispositivos móviles o posicionamiento en web/redes y no salir a la calle a recibir al candidato que, inevitablemente, caminará por su barrio.

Pero imposible no ver esos letreros que, principalmente, muestran los rostros de los candidatos en primer plano. Y más allá de las grandes vallas reservadas a las candidaturas presidenciales –y algunas alcaldicias– son las miles de pancartas, *banners*, afiches y letreros de formato más pequeño de las candidaturas para diputados y representantes las que inundan hasta el último rincón de la ciudad. Llevan por supuesto los nombres y apodos de los candidatos y, en muchos casos, incluye la fórmula del eslogan individual. Como quien no quiere la cosa, en una esquinita o en los colores de fondo llevan también las codificaciones de los partidos que los proponen. Revelan estos miles de letreros el fenómeno del personalismo (léase clientelismo) que permea las campañas de diputados y representantes y que tienen poco o ningún contenido programático de la ideología de los partidos que en teoría representan.

**Fenómeno social.** Los votantes se guían por una 'lógica individualista'. La gente se identifica y entusiasma con proyectos individuales, por encima de los proyectos colectivos o sociales. Fotolia

## El nuevo 'marketing' político

Dicen los expertos en mercadeo político y electoral que la diferencia esencial entre las campañas políticas del siglo XXI y las de tiempos anteriores (tan *passé* como las décadas de 1980 y 1990) es que el "voto ideológico" ha pasado al olvido y que los votantes se guían por una "lógica individualista, la gente se identifica y entusiasma con proyectos individuales, por encima de los proyectos colectivos o sociales". Obedece esto a varios fenómenos, algunos externos al votante como el desvanecimiento de diferencias reales entre las opciones políticas y el agotamiento del modelo de participación a

sigue [+]

[+]

través de los partidos políticos. Algunos internos al votante como el narcisismo intrínseco de las nuevas generaciones que piensan en el yo primero que en el nosotros comunitario.

Predomina el voto volátil, no comprometido ideológicamente y dicen estos expertos que el mensaje político que parece funcionar es "la oferta de condiciones concretas" y el mensaje emotivo, no ideológico. En términos locales: clientelismo y sentimentalismo. Y es en ese aspecto que venimos tristemente "adelantados" en Panamá, por decirlo así. El sistema electoral que tenemos para elegir diputados ha promovido ese personalismo en las últimas cuatro elecciones, un fenómeno cultural y electoral que menoscaba la democracia. Recomiendo como lectura obligada al que le interese el tema, el artículo académico del doctor Carlos Guevara Mann "Sistemas electorales y estilos de campaña: Los diputados panameños y el voto personalista" (**Revista de Ciencia Política**, Santiago, Chile, versión *online*).




***Contaminación visual.*** *Las pancartas han invadido toda la ciudad. Algunos candidatos prometen 'resolver' a la gente o ser 'su voz en la Asamblea'.* MAYDÉE ROMERO-SPRANG | LA PRENSA

HOY DÍA, EL VOTO NO ESTÁ BASADO TANTO EN IDEOLOGÍAS, SINO MÁS BIEN EN EL CLIENTELISMO. LOS ASPIRANTES A DIPUTADOS TIENEN UNA CONFUSIÓN SEVERA SOBRE CUÁL DEBE SER SU ROL.

Vivimos, además en Panamá, un agotamiento agudo del modelo de participación a través de los partidos políticos. Para el ciudadano común, han perdido toda credibilidad y se perciben como conglomerados de intereses económicos personales y puramente electoreros.

### CLAVES DE LA PERSONALIZACIÓN

El personalismo trae como resultado que el candidato se promueva como un proveedor de servicios, de beneficios y favores para su comunidad o circuito. En los candidatos a alcaldes y representantes, esto parte de la esencia de sus puestos como autoridades locales. ¿Pero en los diputados? Es una confusión severa del rol. Y este personalismo es obvio en algunos de los letreros y eslóganes que han inundado las calles. En el letrero del diputado tránsfuga "Tío Gabriel", quien busca reelegirse, su eslogan "¡Quiero tu voto!" es un buen ejemplo de esta personalización sin contenido. Aparte de que hay que buscar con lupa su nombre real.

Otro diputado que busca reelección con una plataforma personalista, Raúl Pineda, con eslóganes como "soy como tú", "no me llames diputado, soy Raúl Pineda" y una campaña de "disfruta este verano", parece que promocionara cualquier cosa menos... una mente responsable de las leyes que gobernarán al país. Pero, ¡ey!, su página de Facebook tiene más de 25 mil seguidores, así que está llegando a su mercado objetivo.

Y qué decir de Beby Valderrama, diputado que también busca reelegirse con el eslogan "Hay esperanza". ¿De verdad, después de cinco años en el curul eso es todo lo que hay? Bien dicen que es lo último que se pierde.

Érase una vez, difícil de creer hoy día, que el hecho de que un candidato tuviera preparación y militancia política partidista le ponía, no le quitaba. La candidata a diputada independiente, Ana Matilde Gómez, con su eslogan "Con propuestas. Sin ataduras", nos dice: sí voy a trabajar porque no llevo el lastre de los intereses de un partido. El diputado tránsfuga, Edwin Zúñiga, busca la reelección distanciándose abiertamente de contenidos programáticos de su actual partido con su eslogan "más persona, menos político".







***Esperanza, ¿lo último que se pierde?*** *El Beby tiene esperanza de ser reelecto. ¿Y qué esperanza tiene el pueblo? Raúl Pineda también busca la reelección con una campaña personalista.* OLGA DE OBALDÍA | CORTESÍA




EL CANDIDATO QUE 'RESUELVE' SE PERCIBE COMO EL QUE MÁS APORTA SERVICIOS, FAVORES Y BIENES PERSONALES.

Hay, claro, candidatos que sí atan su mula a la carreta del partido. Un ejemplo es Andrés Camargo, candidato a diputado, que hace campaña con el eslogan "San Miguelito primero", una variación del eslogan de la campaña presidencial de Varela "El pueblo primero".

La personalización nos viene de cuna a los panameños con el culto al caudillismo que por 100 años nos ha plagado. Ya en la segunda república, las elecciones de 1999 fueron entre dos muertos: Omar Torrijos y Arnulfo Arias. Al menos en la contienda actual hay poca mención de los fantasmas de ambas partes... pero no nos salvamos completamente. La expresidenta Moscoso, aparentemente en sesión espiritista, recibió el mensaje directo de que lo que hubiera querido el doctor es que José Domingo fuera presidente. A Omar nadie lo está citando, pero en el interior se topa uno con pancartas como las del candidato Juan Esquivel, en Chiriquí, que eligió poner una foto del difunto en su pancarta antes que la de su candidato, Juan Carlos Navarro.

Uno de los códigos presentes en ese personalismo de las campañas es el muy popular concepto paternalista panameño de "resolver". El candidato que "resuelve" se percibe como el que más aporta a nivel de servicios, favores y bienes personales. Entre los reyes de este resolver está Chello Gálvez, que busca reelegirse como candidato a diputado con su eslogan "Si no lo haces tú, permíteme seguir haciéndolo yo", y su clientelismo descarnado puro y duro de conseguir votos a base de regalos. "Resolviendo a la gente" es el eslogan del candidato a alcalde José Luis Fábrega, quien lidera las encuestas frente a José Blandón, cuyo eslogan "llegó la hora de una mejor ciudad" no está basado en el clientelismo.

El diputado chiricano tránsfuga Rony

sigue [+]

[+]

Araúz corre con el lema: "Vuelve porque sí resuelve". ¿Qué vino primero, los electores que se comportan como clientes o los candidatos que los clientelizan? Las promesas demagógicas y populistas parecen no acabar...

### "¿QUÉ TIENE UN NOMBRE?"

Preguntaba Julieta de Shakespeare: "¿Qué tiene un nombre? Lo que llamamos rosa sería tan fragante con cualquier otro nombre"... o no tan fragante como sea el caso. Sorprenden algunos de los apodos con los que voluntariamente se identifican algunos candidatos, motes bien poco dignos unos y meramente ridículos otros.

Ya muchos han sido citados en otras columnas o medios, pero son una extensión obvia de ese personalismo. Un culto a la persona del candidato que busca ese voto a toda costa, bajando el nivel del discurso y buscando identificación de tú a tú a cualquier costo. La mayoría usa su primer nombre, el apodo entre comillas y el apellido. Entre otros: Bolita, Popeye, Obama, El Pastorcito, Gallo-Tapao, Herisexo, Patacón, Pecheche, Pinochín, El Varón y –redoblante, por favor- Canyac. Pero no faltan los que simplemente prescinden del nombre con que los bautizaron y en sus *banners* se presentan con su foto y el apodo como "Orejitas", "La Negra" y "El Chiquitín de mama". Hay que presumir que el Tribunal Electoral les permitirá lo mismo en la papeleta de votación.







**Apodos.** *Son una extensión del personalismo de los candidatos que buscan (o exigen) los votos a toda costa, buscando cómo sea un tú a tú con la gente.* CRÉDITO | AGENCIA

LO MEJOR QUE HAY EN PANCARTAS Y LETREROS, SIN EMBARGO, VIENE DEL TRIBUNAL ELECTORAL Y SU CAMPAÑA DE VALORES Y CONCIENCIA.

### LO MENOS MALO

No todo lo que hay es malo, por supuesto, están las pancartas de Toti Barnett con el eslogan "Vivimos juntos, trabajemos juntos", que en una sola frase despersonaliza y pone por delante el bien común. Lo mismo que Giulia de Sanctis, candidata a diputada, —y he de revelar en aras de ser transparente, que me une con ella una hermandad de toda la vida, pero no por eso la menciono aquí– cuyas pancartas, bajo el lema "Es el momento de elegir el nuevo camino", citan valores democráticos sostenidos por manos que evocan a una comunidad trabajando en conjunto.

Lo mejor que hay en pancartas y letreros, sin embargo, viene del Tribunal Electoral y su campaña de valores y conciencia. El único consuelo es que con la nueva y práctica ordenanza de que los letreros son colgantes (y no empapelados con engrudo como en el pasado) será muy fácil removerlos el 5 de mayo y recobrar una pizca de paz visual. Cómo le irá al país después de estas elecciones, eso es otra cosa.





## Visor de realidad virtual Sony

Project Morpheus es un prototipo de visor de realidad virtual diseñado para PlayStation 4, la consola de juegos más reciente de Sony

**CÓMO FUNCIONA**



**Pantalla estereoscópica:** de 5pulg. (127mm). 960x1080 pixeles por cada ojo

**Audio 3D audio:** El sonido se reproduce en todas direcciones y cambia según la orientación de la cabeza

**Visor VR:** Acelerómetro y giroscopio integrados. Siguen el movimiento de la cabeza

**Control DualShock:** Los juegos lo reconocen como objeto virtual

**Cámara:** Sigue al visor Morpheus y al control 1.000 veces por segundo, haciendo posible un rastreo de 360°

GRAPHIC NEWS

# INTERNET DE TODO FOMENTA RED GLOBAL DE NUBES




En los próximos dos años, Cisco planea invertir más de mil millones de dólares para construir la red de nubes más grande del mundo, en conjunto con proveedores de servicio y aliados estratégicos.

La iniciativa es impulsada por la creciente conexión en red de las personas, los datos, los procesos y las cosas, fenómeno conocido como "Internet de Todo" que, según los pronósticos, se espera que sea una oportunidad económica de 19 mil millones de dólares en la próxima década.

La Internet de Todo, que está impulsando nuevos requerimientos para las nubes globalmente distribuidas y seguras, ha potenciado a Cisco y a sus *partners* para iniciar el desarrollo de una *intercloud global* masivamente escalable, flexible y segura, que permitirá una nueva clase de experiencias conectadas, desde ciudades conectadas hasta experiencias de ventas y utilidades conectadas, detalló la compañía esta semana.

Por otro lado, Google redujo los precios de sus servicios de computación en nube en un rango del 30% al 85% en un intento por restarle clientes a Amazon.com y a Microsoft Corp. en el creciente mercado de almacenamiento virtual para compañías.

## [+] 'Gadgets'



### HTC RENUEVA MODELO 'ONE'

La nueva versión del *smartphone* insignia de HTC, el One M8, apuesta por un diseño metálico, pantalla de 5" y doble cámara trasera que graba video en alta definición. El cuerpo del aparato es en un 90 % de aluminio pulido y estará disponible en tres colores: dorado, plateado y gris oscuro.



### ANILLO 'INTELIGENTE'

Se presentó en la Wearable Tech Expo de Tokio. El anillo 'inteligente' de la *startup* Logbar Inc. permite trazar un signo de dólar en el aire para pagar un café, escribir 'TV' con el dedo para encender el televisor y pagar el metro. Estas son algunas de las aplicaciones que tendrá el anillo, que saldrá al mercado este año.



# El bulldog inglés en la convivencia

Gerardo Gandsas • vivirdominical@prensa.com

La convivencia nunca es sencilla, cuando se trata de compatibilizar diferentes caracteres en un mismo núcleo familiar, todo puede suceder. Esto no pasa solo entre personas, sino también entre la gente y los perros. Por eso es necesario conocer las propensiones del animal que estamos eligiendo como compañero, para evitar problemas, desilusiones e infelicidad.

CONTRARIO A LO QUE SE CREE, SON PERROS MUY ACTIVOS Y NECESITAN DESARROLLAR CAMINATAS.

El bulldog inglés, por su imagen de tosquedad, sus ojos redondos y esa mirada tierna y compradora, se asocia con la calma y el sedentarismo, pero en este caso, también las apariencias engañan.

La procedencia de esta raza es la de los viejos bulldog, mucho más grandes, con caras más largas, y muy parecidos a lo que es hoy el bulldog americano. Con el tiempo y la crianza selectiva, su tipología fue cambiando, convirtiéndolo en un perro más pequeño y dócil, pero que conserva muchas de las características de sus antepasados.

Debido a la función que desempeñaban en las peleas con animales, los bulldog debían ser perros de mucho carácter, tesón, resistencia, terquedad y tener la facultad de no dejarse doblegar ante nada ni nadie.

Esta terquedad de la cual hablamos, hace que sea bastante difícil de adiestrar y educar en el ámbito de lo cotidiano, pero esto no va en desmedro de la lucidez que demuestran en cada una de sus acciones. Son ejemplares que debemos convencer por medio de estímulos o premios, ya que si intentamos por la fuerza, ellos siempre ganarán la partida.

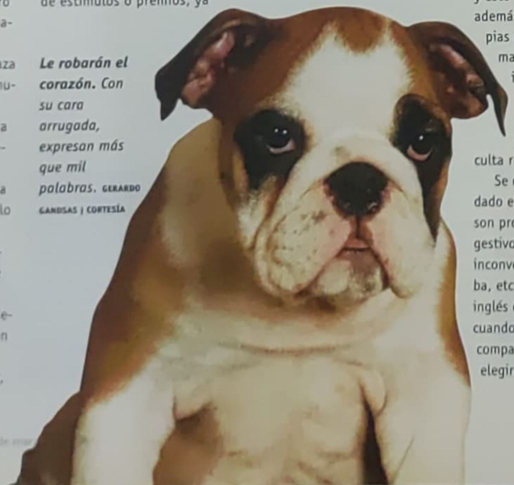
El apego por su gente y sobre todo por los niños, enamorará hasta el corazón más duro, expresando con su cara arrugada más que mil palabras.

Son bastante territoriales y en los machos, su sexualidad es muy marcada. Según mi experiencia, podría decir que bastante por encima de otras razas caninas. Muchas veces se piensa que apareando al macho, esta condición va a disminuir, pero no es así. En este caso, solo la esterilización podría lograr, tal vez, algún resultado.

Si bien por su braquicefalia, patas cortas y sustancia corporal no son los más adecuados para el deporte, son perros muy activos y necesitan desarrollar caminatas. Este es el punto en el que más suele equivocarse quien busca a esta raza, ya que las tiras cómicas lo pintan como animales lentos y dormilones.

No son perros muy longevos y esto lo traen en su genética, además de las patologías propias de su estructura. Los climas calurosos no son los ideales para ellos, ya que debido a su peso y lenta oxigenación por su hocico corto, se les dificulta respirar.

Se deberá también tener cuidado en la alimentación, ya que son proclives a problemas digestivos. Mas allá de todos sus inconvenientes, ronquidos, baba, etc., convivir con un bulldog inglés es maravilloso. De hecho, cuando haya tenido uno como compañero, difícilmente luego elegirá otro perro.



***Le robarán el corazón.** Con su cara arrugada, expresan más que mil palabras.* GERARDO GANDSAS | CORTESÍA









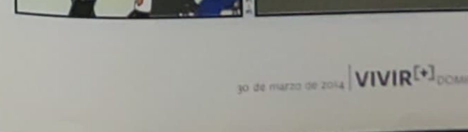


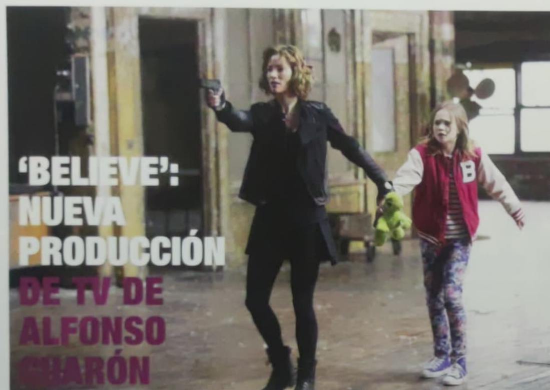










# 'BELIEVE': NUEVA PRODUCCIÓN DE TV DE ALFONSO CUARÓN

Melissa Pinel Z. • mpinel@prensa.com

Cuando una serie es producida por Alfonso Cuarón, el director que recientemente ganó el premio Oscar por su desempeño en la taquillera **Gravity**, hay que prestarle atención.

Siguiendo quizás la moda actual de incursionar en producciones que tengan un elemento sobrenatural, llega **Believe**, una serie que mezcla con éxito ciencia ficción, aventura y fantasía.

En **Believe**, Bo, interpretada por Johnny Sequoyah, es una adorable niña con poderes de telequinesis que no ha aprendido a controlar y William Tate (Jake McLaughlin) es un prisionero sentenciado a muerte en una prisión de máxima seguridad, que acepta el plan de escapar y cuidar a Bo, sin saber que es su padre biológico.

La serie **Believe**, de la que se han transmitido tres episodios, se puede sintonizar todos los lunes a las 9:00 p.m. por **Warner Chanel**.



## PRIMER 'LOOK' DE 'ROSEMARY'S BABY'

Ya se han revelado las primeras imágenes de la reimaginación del clásico **Rosemary's Baby**, que será llevado a la TV como una miniserie protagonizada por Zoe Saldaña (**Avatar**, **Star Trek**) y Patrick J. Adams (**Suits**).

En esta producción de terror, la pareja se acaba de mudar a un apartamento parisino con un pasado espeluznante, en donde Saldaña, que hace el papel de Rosemary, cree firmemente que los vecinos y hasta su propio esposo confabulan en contra del niño que lleva en su vientre.

## SEAN PERTWEE SERÁ EL NUEVO ALFRED



Conocido por su reciente rol en **Elementary**, Sean Pertwee es uno de los primeros actores confirmados para la serie **Gotham** e interpretará a Alfred, el mayordomo de Bruce Wayne. Pero esta vez con un giro: será un antiguo miembro de la Marina estadounidense.

## MUERE JAMES REBHORN A LOS 65 AÑOS

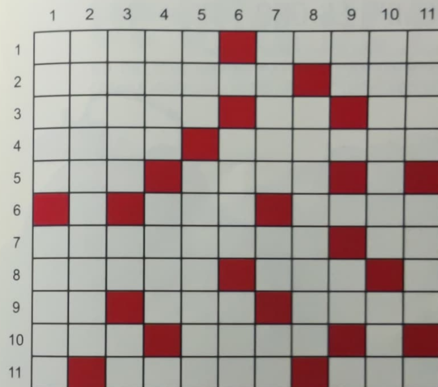


El actor estadounidense de papeles secundarios, James Rebhorn, con una larga trayectoria en televisión, murió esta semana luego de batallar con un melanoma. Recientemente, Rebhorn interpretaba al papá bipolar de Carrie en el exitoso drama **Homeland**.





## [ CRUCIGRAMA ]

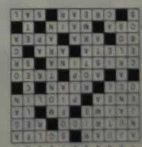


**HORIZONTAL:**

1. Conjunto de elementos que componen el arreglo de la novia. Sistema de signos con que se escribe la música.
2. Bien alimentado. Confluencia de calles en un mismo punto.
3. Exesposo de la infanta Elena de Borbón y Grecia. Símbolo químico del fermio. Nota musical.
4. Planta de los pantanos. Canario amarillo al que el gato Silvestre intenta atrapar.
5. Siglas de Organización Comunista Libertaria. Carcajeen.
6. Siglas de Atlantica Online Players. Vela cuadrada con que las embarcaciones latinas navegan en popa.
7. Segunda hija del rey Juan Carlos I de Borbón. Abreviatura de señor.
8. Pasmada, espantada. Altar.
9. Pértiga de madera usada en artes marciales. Nombre de varias aves parleras como el papagayo. Baja a alguien de un caballo.
10. Se arriesga. Principal en inglés.
11. Producir una cosa a partir de la nada. Chiste en el habla.

**VERTICAL:**

1. Malla que se coloca en puertas y ventanas. Camadas.
2. Rey de España, coronado en 1975 tras la muerte de Francisco Franco.
3. Municipio de la provincia de Valencia en España. Iniciales de Irene Escalona. Actinio.
4. Defensa natural de un animal. Mango de un pincel.
5. Celebra el chiste. Girarme.
6. Pájaro de plumaje verdoso, con manchas pardas, amarillas y blancas. Pila eléctrica usada en ciertos aparatos electrónicos.
7. La capital de Bulgaria. Sílaba que repetida es una abuela. Apostar.
8. Dispondrán lo necesario para una representación teatral.
9. Símbolo del laurencio. Agencia de noticias.
10. Radiantes, alegres. Grupo terrorista que desvela a los españoles.
11. Padre de la raza humana. Cetáceo con el lomo negro y el vientre blanco.

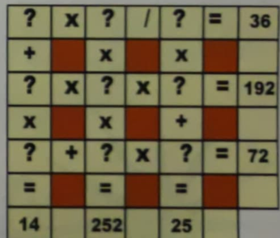


## [ SUDOKU ]



| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 4 | 6 | | | 8 | | 7 | |
| | | | | | 4 | | 9 | |
| 5 | | 2 | 6 | 3 | 7 | | | 1 |
| 6 | 8 | | | 7 | | | | |
| | | 9 | | | | | | |
| | 3 | 4 | | | | | | |
| | | | | | 3 | | 2 | 9 |
| | 5 | | 4 | 2 | | | 6 | 7 |
| | | 7 | 9 | | 6 | 1 | | 4 |

## [ SUMANDO ]



| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ? | x | ? | / | ? | = | 36 |
| + | | x | | x | | |
| ? | x | ? | x | ? | = | 192 |
| x | | x | | + | | |
| ? | + | ? | x | ? | = | 72 |
| = | | = | | = | | |
| 14 | | 252 | | 25 | | |

## [ SOLUCIONES ]



# Decoración

## EL TIEMPO ES ORO

Funcionales y decorativos, los relojes de mesa y de pared reflejan su estilo personal y añaden un toque de elegancia y originalidad, además, complementan muy bien los espacios.

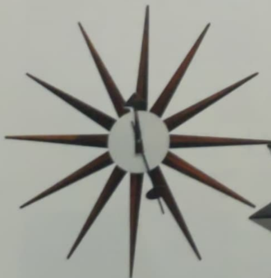





**ESTILO.** Relojes Karlsson, decorativos y minimalistas. (**Manifesto**)



**¡DESPIERTA!** Para la habitación de una niña, qué detalle más dulce que un despertador de campanas de Hello Kitty. (**Sanrio**)





**CONTRASTE.** Formas geométricas y lineales. Diseños eclécticos que acentúan una pared vacía. (**Idea**)




**TÓMATE UN 5.** Minimalismo y elegancia. Tiempo de un *happy hour* y de relajarse. (**Ksamanía**)